

COMMUNIQUÉ



CÉGEP
VANIER COLLEGE

821 Ste-Croix, Montréal, QC H4L 3X9 Tel:514.744.7500 Téléc.:514.744.7505 info@vaniercollege.qc.ca www.vaniercollege.qc.ca

Le 9 octobre, 2008

Plus de 300 étudiants de Vanier sont rejoints lors de la journée de dépistage de la dépression

Nous connaissons tous des exemples d'une personne qui ne partageait pas ses troubles et qui a vécu une fin triste. La Journée de dépistage de la dépression qui s'est tenue au Cégep Vanier le 7 octobre, visait justement à éviter de telles tragédies en atteignant les étudiants à risque.

Cette année plus de 300 étudiants sont venus se renseigner sur la santé mentale et plus de 175 se sont présentés pour un dépistage de la dépression. « Il y a des élèves qui sont au courant de la Journée de dépistage et ils me confient qu'ils attendent cette journée avec impatience, » indique Gillian Bowman, conseillère aux services d'orientation à Vanier. « Ce sont des jeunes qui éprouvent le besoin de se confier à quelqu'un mais qui remettent toujours à demain un rendez-vous avec un psychologue. Quand la Journée de dépistage arrive, ils sont enfin motivés à parler avec un conseiller et demander de l'aide. »

C'est la neuvième année que le Cégep Vanier organise cet événement annuel. « C'est incroyable, » dit Gillian Bowman, « les étudiants viennent nous voir puis ramènent des amis et les encouragent à remplir le questionnaire de dépistage et à rencontrer un conseiller. Donc c'est très utile. Nous avons commencé avant dix heures ce matin et nous avons fini vers 14h30 cet après-midi. »

La dépression, l'anxiété, le stress, l'insomnie, le manque de concentration, les troubles alimentaires, peuvent tous être des indices qu'une personne est en crise et a besoin d'aide. Et cette journée vise non seulement le dépistage mais aussi à sensibiliser les étudiants aux questions de santé mentale et à enlever les stigmates qui s'y rattachent.

Des étudiants en troisième année d'études en Techniques d'éducation spécialisée ont répondu à des questions sur la dépression, l'anxiété et le stress. Un étudiant voulait savoir pourquoi il devait s'y intéresser puisqu'il n'était pas déprimé. « Tu n'es pas déprimé, » lui a-t-on répondu, « mais tu es peut-être stressé ou anxieux. Ce n'est pas seulement une question de dépression, c'est aussi le stress qui mine les étudiants et parfois on a besoin d'aide et de soutien. »

Tout au long de la journée les étudiants de Vanier pouvaient non seulement rencontrer les professionnels des services en orientation mais ils pouvaient aussi rencontrer des représentants de TRACOM un centre d'intervention pour personnes en crise psychiatrique ou psychosociale et prendre leurs dépliants.

« C'était un succès, » conclut Gillian Bowman. « C'est superbe de pouvoir toucher un si grand nombre de jeunes, et leur offrir du soutien. Plusieurs découvraient pour la première fois l'existence même du centre de services d'orientation à Vanier. »

-30-